



Sozialamt
Martin Keller-Combé
Gebäude: Münzstraße 1
74523 Schwäbisch Hall
Fon: 0791/755-7353
m.keller-combe@LRASHA.de
www.LRASHA.de

DER LANDKREIS SCHWÄBISCH HALL BEWEGT SICH

Aktive Bewegungsbegleiterinnen und Bewegungsbegleiter laden an mittlerweile acht Orten im Landkreis zu regelmäßigen Bewegungstreffs ein. Alle haben als Grundlage die „Fünf Esslinger“ in einer zweitägigen Schulung vermittelt bekommen und wenden diese auch regelmäßig in den Bewegungstreffs an. Darüber hinaus bereichern jedoch auch andere Übungen und Aktivitäten die wöchentlichen Treffen.

Das Potential und Wissen unserer aktiven Bewegungsbegleiter/innen wollen wir nutzen: Wir laden ein zum

Workshop für Bewegungsbegleiter

am **Freitag, 11. März 2016** von 12:00 Uhr bis 18:00 Uhr

in der **Boulehalle Langenburg-Nesselbach**, Bauerngasse 24

Infos zur Location unter www.boule-kunst.de

Wir starten den Workshop mit einem Austausch über die Erfahrungen in den einzelnen GiB-Bewegungstreffs. Nach einem gemeinsamen Mittagessen werden wir uns dann ganz praktisch an Übungen und Aktivitäten „ausprobieren“, die sich in den GiB-Bewegungstreffs bewährt haben. Im Einzelnen sind dies:

- Brain-Gym und Gedächtnistraining (Susanne Bess, Rudolf Schmid)
- Qi Gong (Susanne Bess, Rudolf Schmid)
- Bewegungslieder (Heidrun Schaumann, Frau Bess)
- Spiele mit Bällen (Günter Gropper)
- Übungen mit Geräten (Heinrich Kraft)
- ... und weiteres (Ihre Beiträge)

Den Workshop können wir dann mit einer Partie Boule ausklingen lassen (evtl. unter sachkundiger Anleitung von Dieter Killian, ehem. Mitglied der Deutschen Boule-Nationalmannschaft und Betreiber der Boulehalle).

Die **Teilnahme am Workshop ist kostenfrei**, bedarf aber der **vorherigen Anmeldung** beim Seniorenbüro Landkreis Schwäbisch Hall, Münzstraße 1, 74523 Schwäbisch Hall, per Fax an 0791/755-7426 oder per E-Mail an seniorenbüro@LRASHA.de
Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung Ihren Namen, vollständigen Kontaktdaten incl. Telefon sowie den Organisationsnamen an.

Ausführliche Informationen zur Bewegungsinitiative erhalten Sie unter www.gib-sha.de.